

## **BAB II**

### **KAJIAN PUSTAKA**

#### **A. Kajian Pustaka**

##### **1. Hakikat Belajar dan Pembelajaran**

Belajar adalah suatu kata yang sudah akrab dengan semua lapisan masyarakat. Bagi para pelajar kata belajar merupakan kata yang tidak asing. Bahkan sudah merupakan bagian yang tak terpisahkan dari semua kegiatan dalam menuntut ilmu didalam pendidikan formal. Namun, belajar memiliki makna yang berbeda-beda. Menurut Ngali Purwanto (2006: 85), belajar merupakan suatu perubahan dalam tingkah laku dimana perubahan itu dapat mengarah kepada tingkah laku yang lebih baik, tetapi juga adanya kemungkinan mengarah kepada tingkah laku yang lebih baik. Oemar Hamalik (2010: 27), berpendapat bahwa belajar merupakan suatu proses untuk mencapai tujuan. Sedangkan W.S. Wingkel (2007: 3), menyebutkan tujuan belajar di sekolah adalah membentuk manusia yang mampu dan rela berpartisipasi aktif dalam kehidupan bangsa. Pada umumnya, peserta didik mengikuti proses pembelajaran di sekolah memiliki tujuan yaitu mendapatkan hasil belajar yang memuaskan.

Menurut Mulyasa (2009: 208), hasil belajar akan memberikan pengaruh dalam dua bentuk, yaitu:

- a. Peserta didik akan mempunyai persepektif terhadap kekuatan dan kelemahannya atas perilaku yang diinginkan.
- b. Mereka mendapatkan bahwa perilaku yang diinginkan itu telah meningkat dengan baik setahap atau dua tahap sehingga timbul lagi

kesenjangan antara penampilan perilaku yang sekarang dengan perilaku yang diinginkan.

Selain itu, proses belajar peserta didik di sekolah sepenuhnya terjadi dikarenakan adanya proses pembelajaran. Menurut Hamzah B Uno (2008: 2), pembelajaran memiliki hakikat perencanaan sebagai upaya untuk membelajarkan peserta didik. Menurut Abin Syamsuddin Makmur (2004: 156), proses belajar-mengajar (pembelajaran) dapat diartikan sebagai suatu rangkaian interaksi antara peserta didik dan guru dalam rangka mencapai tujuan. Menurut Arnie Fajar (2005: 15), kegiatan pembelajaran dilaksanakan dengan menerapkan berbagai metode pembelajaran yang menyenangkan, kontekstual, efektif, efisien, dan bermakna.

Berdasarkan pengertian dari para ahli di atas, dapat disimpulkan bahwa belajar merupakan peningkatan dan perubahan perilaku kearah yang lebih baik lagi, sedangkan pembelajaran adalah suatu proses interaksi yang dilakukan antara guru dengan siswa untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Keberhasilan belajar peserta didik merupakan akibat dari tindakan dari sebuah pembelajaran yang tidak lepas dari peran aktif guru dan peserta didik itu sendiri dalam melaksanakan proses pembelajaran.

## **2. Model Pembelajaran Kooperatif (*Cooperative Learning*)**

Menurut Slavin (Al Krismanto, 2003: 14) menyatakan bahwa dalam belajar kooperatif, peserta didik bekerja dalam kelompok saling membantu untuk menguasai bahan ajar. Menurut Trianto (2010: 56), pembelajaran kooperatif muncul dari konsep bahwa peserta didik akan

lebih mudah menemukan dan memahami konsep yang sulit jika mereka saling berdiskusi dengan temannya. Selama bekerja dalam kelompok, tugas anggota kelompok adalah mencapai ketuntasan materi yang diasjikan guru dan saling membantu diantara teman sekelompok untuk mencapai ketuntasan materi. Menurut Zamroni (Trianto, 2010: 57), manfaat penerapan belajar kooperatif adalah dapat mengurangi kesenjangan pendidikan khususnya dalam wujud input pada level individual. Disamping itu, pembelajaran kooperatif dapat mengembangkan solidaritas sosial dikalangan peserta didik. Model pembelajaran kooperatif ini juga dapat meningkatkan hasil belajar peserta didik lebih baik dan meningkatkan sikap tolong menolong dalam perilaku sosial (Buchari Alma, 2008: 81).

Menurut Trianto (2010: 66-67), menyebutkan ada enam langkah dalam pembelajaran kooperatif, yakni:

Tabel 1. Langkah-Langkah Model Kooperatif

Fase	Indikator	Tingkah Laku Guru
1	Menyampaikan tujuan dan memotivasi peserta didik	Guru menyampaikan semua tujuan pelajaran yang ingin dicapai pada pelajaran tersebut dan memotivasi peserta didik belajar.
2	Menyampaikan informasi	Guru menyampaikan informasi kepada peserta didik dengan jalan mendemonstrasikan atau lewat bahan bacaan
3	Mengorganisasikan peserta didik ke dalam kelompok-kelompok belajar	Guru menjelaskan kepada peserta didik bagaimana caranya membentuk kelompok belajar dan membantu setiap kelompok agar melakukan transisi secara efisien.
4	Membimbing kelompok bekerja dan belajar	Guru membimbing kelompok-kelompok belajar pada saat mereka mengerjakan tugas.
5	Evaluasi	Guru mengevaluasi hasil belajar tentang materi yang telah dipelajari atau masing-masing kelompok mempresentasikan hasil kerjanya.
6	Memberikan penghargaan	Guru mencari cara-cara untuk menghargai upaya atau hasil belajar individu maupun kelompok

Sumber: Trianto (2010: 66-67)

Model pembelajaran kooperatif tidak sama dengan sekedar belajar dalam kelompok. Ada unsur-unsur dasar pembelajaran kooperatif yang membedakan dengan pembagian kelompok yang dilakukan asal-asalan. Pelaksanaan prosedur model kooperatif dengan benar akan memungkinkan pendidik mengelola kelas dengan lebih efektif (Anita Lie, 2010: 29). Menurut Buchari Alma (2008: 93), manfaat *cooperative learning* antara lain:

- a. Terjadinya pengembangan kualitas dari peserta didik

- b. Mereka belajar saling terbuka
- c. Mereka belajar bertukar pikiran
- d. Materi pelajaran dapat lebih dipahami karena mereka mencoba membahas bersama
- e. Mendorong tumbuhnya tanggungjawab sosial
- f. Memunculkan sifat kesetiakawanan
- g. Bisa pula meningkatkan prestasi peserta didik
- h. Memeberi kesempatan peserta didik untuk berinteraksi secara aktif dan kelompok.

Berdasarkan model pembelajaran kooperatif, peserta didik dapat bekerjasama antar kelompok dalam proses pembelajaran untuk mengintropeksi atas kesalahan yang dilakukan teman sekelompoknya, sehingga dengan demikian peserta didik dapat melakukan teknik guling belakang sesuai dengan permintaan dari guru. Karena dasar penilaian guru adalah teknik dasar guling belakang yang benar.

### **3. Teknik Guling Belakang**

Teknik guling belakang merupakan materi di dalam olahraga senam. Menurut Sunarsih (2006: 33) gerak guling disebut juga dengan gerakan *roll*. Gerakan berguling dapat dilakukan ke depan dan dapat pula dilakukan ke belakang. Guling belakang adalah gerakan mengguling dengan posisi badan mengarah ke depan kemudian mengguling kea rah belakang dengan tumpuan kedua tangan yang kuat dan diakhiri dengan sikap awal. Oleh karena itu, dalam pembelajaran materi pokok senam terutama guling belakang diperlukan komunikasi atau arahan yang tepat dari guru kepada peserta didik supaya cedera dapat dihindari dan mendapatkan hasil yang maksimal dalam melakukan teknik guling belakang.

Langkah-langkah guling belakang menurut Hananto, dkk, (2007:

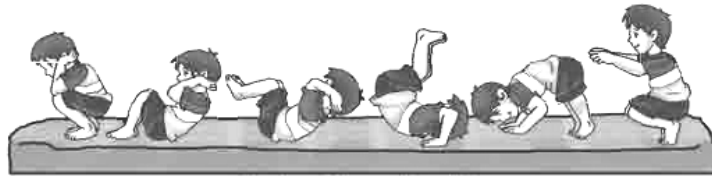
51) yaitu:

a. Sikap permulaan

Jongkok membelakangi matras dengan paha merapat di dada, kedua tangan berada di samping telinga, dan kedua telapak tangan menghadap ke atas.

b. Gerakan

Angkatlah kedua tumit, bersama dengan itu pinggul diturunkan dan langsung berguling belakang. Kedua tangan menyentuh matras, dilanjutkan dengan menarik lutut ke arah kepala dibantu dengan dorongan kedua tangan sehingga badan berbentuk bulat dan langsung kembali jongkok menghadap ke arah semula.



Gambar 1. Gerakkan guling belakang (Farida Mulyaningsih, 2010: 30)

Kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat guling belakang adalah:

- a. Penempatan tangan terlalu jauh kebelakang, tidak bisa menolak
- b. Keseimbangan tubuh kurang baik saat mengguling belakang, hal ini disebabkan karena sikap tubuh kurang bulat
- c. Salah satu tangan yang menumpu kurang bulat, atau bukan telapak tangan yang digunakan untuk menumpu diatas matras.
- d. Posisi mengguling kurang sempurna. Hal ini disebabkan karena kepala menoleh ke samping.
- e. Keseimbangan tidak terjaga karena mendarat dengan lutut (seharusnya telapak kaki).

#### **4. Karakteristik Peserta didik Kelas V**

Karakteristik bawaan merupakan karakteristik keturunan yang dimiliki sejak lahir, baik yang menyangkut faktor biologis maupun faktor sosial psikologis. Dengan mempelajari berbagai aspek psikologi anak akan sangat membantu keberhasilan proses pengajaran karena dengan memahami berbagai faktor yang merupakan kondisi awal anak, akan menjadi alat bantu yang penting bagi penyelenggaraan pendidikan dalam mencapai tujuan pendidikan yang telah ditetapkan.

Menurut Suyati (1992: 14-16) karakteristik anak umur 10-13 tahun atau kelas 5-6 adalah sebagai berikut:

a. Karakteristik Fisik

- 1) Otot tangan dan lengan lebih berkembang
- 2) Anak-anak menjadi sadar akan keadaan jasmaninya
- 3) Anak laki-laki senang pertandingan yang kasar dan keras
- 4) Anak-anak pada masa ini ada perbaikan kecepatan bereaksi
- 5) Anak-anak umur ini gemar akan jenis olahraga pertandingan
- 6) Koordinasi anak-anak umur ini baik, karena itu sudah dapat diajarkan jenis-jenis kegiatan yang agak sukar, artinya kegiatan yang memerlukan gerakan gabungan.
- 7) Keadaan jasmani terlihat kuat, kokoh dan sehat.

b. Karakteristik Sosial dan Emosional

- 1) Bersamaan dengan proses kematangan fisik, emosinya pada waktu itu tidak stabil
- 2) Karena hasrat bergabung dan adanya perbedaan cara menimbulkan salah paham antara anak satu dan lainnya.
- 3) Anak usia ini mudah timbul takjub
- 4) Anak-anak usia ini emosi biasa berontak
- 5) Mempunyai tanggapan positif terhadap penghargaan dan puji-pujian
- 6) Anak-anak masa ini mempunyai pandangan kritis terhadap tindakan orang dewasa
- 7) Rasa kebanggaan berkembang
- 8) Setiap hal yang dikerjakan, menginginkan adanya penghargaan atau pengenalan

- 9) Ingin pengenalan atau penghargaan dari kelompok
- 10) Anak-anak masa ini mudah memperoleh teman. Lebih senang melakukan kegiatan dalam kelompok dari pada kegiatan yang bersifat perorangan (individual).

c. Karakteristik Mental

- 1) Anak-anak masa ini lebih gemar bermain-main dengan mempergunakan bola
- 2) Anak-anak lebih berminat dalam permainan-permainan beregu atau berkelompok
- 3) Anak-anak sangat terpengaruh apabila ada kelompok yang menonjol atau mencapai prestasi tinggi
- 4) Sementara anak masa ini mudah putus asa, karena itu usahakan bangun kembali atau bangkit kembali apabila tidak berhasil dalam mencapai sesuatu.
- 5) Dalam melakukan sesuatu usaha, selalu berusaha mendapat persetujuan dari guru terlebih dahulu.
- 6) Anak-anak masa ini pada umumnya memperhatikan soal waktu, karena itu berusaha bekerja tepat pada waktunya.

Selian itu, menurut Elizabeth B. Hurlock (2000), dalam perkembangan anak meliputi:

a. Perkembangan Fisik

Perkembangan fisik anak secara langsung akan menentukan apa saja yang dapat dikerjakan dan secara tidak langsung akan memberikan warna tertentu dalam perilaku anak (Elizabeth B. Hurlock, 2000: 144)

b. Perkembangan Motorik

Perkembangan motorik yang berasal dari kegiatan yang terkoordinasi dari pusat syaraf. Peningkatan keterampilan motorik dinilai berdasarkan kecepatan, akurasi, kekuatan, dan kesiapan (Elizabeth B. Hurlock, 2000: 170).

c. Perkembangan Emosi

Semua emosi memainkan peran yang penting dalam kehidupan anak karena berpengaruh terhadap penyesuaian pribadi dan sosial.



Perkembangan emosi dikendalikan oleh proses pematangan dan proses belajar (Elizabeth B. Hurlock, 2000: 244).

d. Perkembangan Sosial

Dalam proses perkembangan sosial ada tiga proses sosialisasi yang terdiri atas belajar berperilaku yang dapat diterima secara sosial, memainkan peran yang sesuai dengan jenis kelamin dan mengembangkan sikap sosial (Elizabeth B. Hurlock, 2000: 279).

e. Perkembangan Bermain

Bermain memberikan banyak sumbangan bagi penyesuaian pribadi dan sosial anak karena merupakan pengalaman belajar yang penting dan bukan pemborosan waktu (Elizabeth B. Hurlock, 2000: 350).

Berdasarkan penjelasan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa pada dasarnya karakteristik dari siswa kelas V merupakan karakteristik dari anak yang meliputi perkembangan fisik, mental, emosional, dan sosial, karena karakteristik siswa kelas V senang mendapat pujian dari orang lain atau kelompok dan masih gemar bermain secara berkelompok. Hal tersebut yang menjadikan perlunya penerapan model pembelajaran yang membuat kegiatan pembelajaran guling belakang dapat dilakukan secara kelompok atau melalui model kooperatif.

## **B. Penelitian Yang Relevan**

Penelitian ini merupakan pengembangan dari penelitian yang sudah dilakukan oleh Rakimin (2010) dengan judul “Peningkatan Pembelajaran Guling Belakang melalui Pendekatan PAKEM pada Peserta didik Kelas V SD Negeri Banyuwirip 2 Kecamatan Tegalrejo Kabupaten Magelang”. Subyek

penelitian adalah peserta didik kelas V SD Negeri Banyuurip 2 yang berjumlah 18 peserta didik. Adapun metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan observasi, angket, dan tes hasil belajar guling belakang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pendekatan PAKEM dapat meningkatkan pembelajaran guling belakang pada peserta didik kelas V SD Negeri Banyuurip 2. Berdasarkan hasil penelitian dan hasil analisis yang telah dilakukan oleh kolabolator dan peneliti diperoleh kesimpulan bahwa proses pembelajaran guling belakang melalui pendekatan PAKEM terjadi peningkatan sebesar 71,1% pada pembelajaran senam lantai untuk kelas V SD Negeri Banyuurip 2.

### **C. Kerangka Berpikir**

Keberhasilan pembelajaran merupakan hal utama yang didambakan dalam pelaksanaan pendidikan. Agar pembelajaran berhasil guru harus membimbing peserta didik sedemikian rupa sehingga mereka dapat mengembangkan pengetahuannya sesuai dengan struktur pengetahuan mata pelajaran yang dipelajarinya. Untuk mencapai keberhasilan itu guru harus dapat memilih pembelajaran yang tepat untuk dapat diterapkan. Model pembelajaran inovatif yang dapat diterapkan untuk guru sehingga dapat meningkatkan penguasaan teknik dasar guling belakang dan sekaligus dapat meningkatkan aktivitas peserta didik, serta memberi iklim yang kondusif dalam perkembangan kreatifitas peserta didik adalah dengan pembelajaran kooperatif. Pembelajaran kooperatif ini peserta didik termotivasi untuk belajar menyampaikan pendapat dan bersosialisasi dengan teman. Pembelajaran kooperatif merupakan strategi pembelajaran yang

mengelompokkan peserta didik dengan tingkat kemampuan yang berbeda ke dalam kelompok-kelompok kecil. Model pembelajaran kooperatif ini dapat meningkatkan hasil belajar peserta didik lebih baik dan meningkatkan sikap tolong menolong dalam perilaku sosial.

Model pembelajaran kooperatif merupakan salah satu model pembelajaran yang mengikutsertakan peserta didik secara langsung dalam pembelajaran. Masing-masing peserta didik mempunyai kelompok untuk belajar bersama. Dalam pembelajaran kooperatif, tiap peserta didik mempunyai tugas untuk membantu teman dalam kelompoknya dalam memahami materi yang disampaikan guru. Jadi, jika ada anggota kelompok yang belum mengerti dia dapat bertanya langsung kepada temannya yang bertugas mempelajari bagian yang belum dimengerti tanpa ada rasa malu atau takut, selain itu peserta didik juga dapat bertanya kepada guru jika diperlukan.

Dengan demikian diharapkan dengan penerapan model pembelajaran kooperatif, hasil belajar guling belakang peserta didik kelas V SD Negeri Cledok dapat ditingkatkan, serta dapat meningkatkan aktivitas peserta didik dalam mengikuti proses pembelajaran yang dilakukan guru dan dapat menghilangkan rasa bosan serta jenuh selama mengikuti pembelajaran senam di kelas.